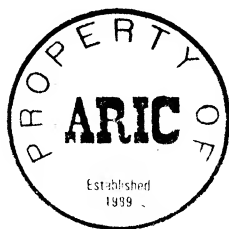


ورزشهای محلی افغانستان



عزیز آسوده

ورزشهای محلی افغانستان



عزیز آسوده

۱۹۹۹/۱۳۷۷

نام کتاب	:	ورزشهای محلی افغانستان
نگارش	:	عزیز آسوده
ناشر	:	کتابخانه های سیار اريك
كمپوزر	:	امان الله رفيع
سال طبع	:	۱۹۹۹/۱۳۷۷
جای طبع	:	پشاور

اریک از دو سال به این سو پروگرام ارسال کتابخانه های سیار را به ولایات مختلف افغانستان رویدست گرفته است. کتابخانه های سیار به شکل صندوقهای فلزی ساخته شده، در محل خاصی گذاشته میشود، مردم منطقه می آیند، کتابهارا به طور امانت می برند، میخوانند و به مردم گرد و نواح خویش میبخشند، بعد ازان دوباره برمی گردانند و به عوض آن کتابهای دیگری را می برند و بدینترتیب تمام کتب کتابخانه در منطقه خوانده می شوند و بعد از آن این کتابخانه سیار به منطقه دیگری منتقل می شود.

ما تلاش ورزیده ایم برای این کتابخانه سیار کتابهایی را گرد آوریم که از سویی زبان آن ساده و روان باشد و از جانبی مطالب مورد نیاز مردم را داشته باشند تا آنها را در زنده گی روزمره شان مثل زراعت، مالداري، صنایع دستی، مرغداری و غیره مدد رسانند.

ما در پهلوی کتابخانه های سیار این سروی را نیز انجام می دهیم که مردم به چه نوع آثار و مواد نیاز دارند، و میکوشیم خواسته ها و مواد مورد نیاز آنها را تثبیت و تشخیص نماییم. متأسفانه درینباره کتب مطلوب را بدست آورده نتوانستیم تا در کتبخانه های سیار آنها را به خدمت خواننده گان عزیز پیشکش نماییم.

برای پرکردن این خلا سال پار پیشنهادی به UNOCHA تقدیم شد تا مارا در جهت چاپ و انتشار تعدادی از کتب مورد نیاز و مفید برای خواننده گان ما مساعدت کنند و برای کار سیستماتیک و بهتر يك هیأت مشترك نماینده گان اداره "اریک" و عده یی از محققان و نویسندگان انتخاب گردیدند تا کار را آغاز نمایند و کتابهای مورد نیاز را یا خود و یا هم توسط مولفان و نویسندگان که در موضوع تخصص و مهارت کافی دارند، تهیه کنند و تمام مراحل پلانگذاری، تهیه، چاپ و انتشار آن را مشترکاً به پیش ببرند. این هیأت متشکل است از همکار صمیمی افغانها خانم نانسی هیچ دویری، حبیب الله رفیع، سر محقق زلمی هیواد مل، حسین فخری، محمد فهیم رحیمیار و محمد رفیع.

ما از تمام خواننده گان عزیز خویش در دهات، شهرهای مختلف کشور که از کتابخانه های سیار ما مستفید می گردند متوقعیم که نیازها، خواسته ها و پرسشهای خویش را به ما بفرستند و از تمام نویسندگان و عالمان کشور تقاضا میکنیم که درین راه با ما همگام گردند تا بتوانیم برای مردم خویش کتب بهتر و مفید تری را تقدیم نماییم!

با احترام

"اداره کتابخانه های سیار اریک"

فهرست

صفحه	عنوان
۱.....	ورزشهای باستانی را بشناسیم
۳.....	پهلوانی
۵.....	ضرب میل
۷.....	کشتی بند و بغل هزاره گی، کندهاری و هراتی
۸.....	کشتی چینکی
۹.....	بزرکشی
۱۵.....	اسب سواری
۱۷.....	خر تازی (خر دوانی)
۱۸.....	خرك بازی
۱۹.....	سورجه خوردن
۲۲.....	يخمالك
۲۳.....	بازی ها در بین آب

۲۷	پایگه
۲۹	تاش تیلہ ری (پرتاب سنگ)
۳۰	نیزہ زنی
۳۳	گوی و چوگان بازی
۳۴	شیطان؛ شیطان
۳۶	بازی "گیند اوږده"
۳۸	لیر
۳۹	خیز با پرش
۴۱	توپ دنده بازی (توپ بازی)
۴۵	خوسی
۴۹	سپر بازی
۵۱	چوب بازی
۵۵	دار بازی

زنده گینامه مؤلف

عزیز آسوده، در کابل تولد یافته و در رشته ژورنالیزم تحصیل نموده است در رادیو، تلویزیون، مطبوعات و ادارات فرهنگی به کار پرداخته است. طی سالهای کار در رادیو و تلویزیون و نوشتن برنامه های گوناگون هنری و ادبی، برنامه فرهنگ مردم را از سال ۱۳۵۸ الی ۱۳۶۴ نوشته و به نشر ورزشهای ملی و باستانی و بازی های ورزشی پرداخته است. علاوه به نشر مطالب گوناگون او در مطبوعات افغانستان و اشتراك در سیمینار های متعدد در عرصه های گوناگون آثاری به وجود آورده است که انتشار نیافته است:

برخی افسانه ها و روایت ها، دو بیتی های نشر نا شده، پیشکسوتان تیاتر در افغانستان (اثر تحقیقی) پیشه وران و پیشه های قدیم کابل (اثر تحقیقی). مجموعه داستانها، مجموعه طنزها، گذرگاه شعر (اثر تحقیقی) و سیمای معاصران در دو جلد (اثر تحقیقی که يك جلد آن به نشر رسیده). قصه ها برای کودکان از خرمن فرهنگ باستان.



از سلسله نشریات کتابخانه سیار اریک

نمبر مسلسل ۶



ورزشهای باستانی و محلی کشور را بشناسیم

پیشینه های فرهنگی سرزمین ما همانگونه که در هر زمینه برای ما نمونه های ارزشها و معیار هایی از تمدنها و مدنیت ها را پیشکش می کند؛ ورزشها و بازیهای ورزشی را نیز در مشیمه خود پرورده است.

این ورزشها که بسیاری از آنها تا زمانه ما ادامه یافته و به ما رسیده، زمینه ها و بنیاد های اکثر ورزشهای پذیرفته شده جهانی معاصر را فراهم آورده است. ورزشها درازمنه پیشین تنها نه به منظور سرگرمی بلکه جهت بر آورده شدن اهداف جنگی و مقابله با دشمن ایجاد و تعمیم یافته است.

قابل یاد آوری است که پاره یی ازین ورزشها تا هنوز هم در شهرها و روستاهای کشور، معمول و مروجست و بخش قابل توجهی از سرگرمی ها و مشغولیت های مراسم خوشی و میله ها و اعیاد را تشکیل میدهد.

این اثر که با استفاده از منابع تاریخی و آثار چاپ شده در کشور صورت گرفته، در مجموع گرد آورده هایی است که صرف جنبه ورزشی و یا سرگرمی ورزشی داشته و تاحدود زیادی در کشور تا سالهای اخیر معمول بوده، زیرا آثار چاپ شده در این زمینه باوجود غنا و زحمات مولفین و مرتبین آن ورزشها را به

گونه اختصاصی گرد نیا ورده، بلکه بازیهای عامیانه، بازیهای ورزشی و ورزشها را به گونه مختلط گرد آورده است.

امید است ورزش دوستان بتوانند ازین اثر که صرف به بازیهای ورزشی کهن اختصاص یافته و تحقیق و گرد آوری در تمام منابع نشر شده میرود، استفاده لازم نمایند. این اثر از یکطرف معرف ورزشهای ملی و باستانی کشور ما میتواند بود و از سوی دیگر ازین رهگذر که آثار چاپ شده نایاب و به نحوی از دسترس خواننده گان خارج گردیده است، میتواند مرجع استفاده باشد.

پهلوانی

این ورزش از زمانه های باستان به این سو رواج دارد. به روایت متون کهن پهلوانان، همان جنگاوران پیشین بودند که در اوستا، گرشاسپنامه، شاهنامه ها و خدای نامه ها کارنامه های آنها درج است که رستم جهان پهلوان یکی از آنان است. به عبارت دیگر موجودیت پهلوانان سبب بوجود آمدن شاهنامه ها و آثار حماسی شده است. رواج ورزش پهلوانی در کشور، تا آنجا که اسناد در دست هست، در يك قرن اخیر نامهای زیادی را برسر زبانها انداخت. از میان دهها پهلوان قرنهای اخیر از چند تا نام میبریم: آته رحمی، خلیفه عزیز رنگ زرد، خلیفه برهان الدین، رمضان مشهور به بچه رجو، خلیفه نظام برنج فروش، خلیفه عزیز چتری (چتری بردار امیر عبدالرحمن خان) جمعه چار کلا، خلیفه خیز چاریکاری، پهلوان قادر پوپلزاری و شمار زیاد دیگر. و از پهلوانان دوره های اخیر پهلوان برات، پهلوان یاسین، خلیفه نظام، علی بیماروگی، پهلوان ابراهیم، رحیم بچه بلال، پهلوان احمد جان پنجشیری وغیره.

پهلوانان با انجام حرکات ثقیل درار کاره ها (محل تمرین پهلوانی) و جریان کارهای سنگین ورزیده میشدند و بعد از ورزش و ضرب میل به پرورش اندام خویش میپرداختند. این پهلوانان برای تقویه خود از غذای مکلف و مقوی نیز بهره میگرفتند، هر پهلوان صبحانه يك گیلای شیره بادام با چار تخم، خشخاش باقند و هیل و گلاب را می نوشیدند.

هر چاشت یکپاو گوشت، یکپاو دنبه و یکپاو پیاز پخته را صرف میکردند. بعد از ورزش یکپاو گر را شربت کرده مینوشیدند.



ضرب میل

از آداب خاص و مراسم پهلوانان است که از زمان باستان به ارث رسیده است.

درین مراسم همه پهلوانان درازکاره ها جمع میشوند. منقل آتش با اسفند و ظرف بزرگ تیل و مسکه را درمیان میگذاشتند، بعد از آن خلیفه ها باشاگرد ها وارد میدان میشدند و به ضرب میل می پرداختند.

ضرب میل نوعی جست و خیز ورزشی است. حرکات دست و پا به شکل منظم و بازی جالب و دیدنی توسط میل (گرز مخصوص پهلوانان) خلیفه ها بعضاً به نوبت داخل میدان شده، کمان می زنند، کمان که از چوب بانگس بود و با حلقه های فولادی وصل شده بود خلیفه ها باکمان و شاگردان با میل ها به ضرب میل می پرداختند. طوری که بانگس ها و میل ها را بدور شانه های شان چرخ می دادند. این مراسم با دهل و سرنا، و یا توله و زیر بغلی صورت می گرفت. در آغاز مراسم خلیفه ها شعر ها و سرود هایی را میخواندند که یکی از آنها اینست:

هیچ کس از پیش خود چیزی نشد

هیچ آهن خنجر تیزی نشد

هیچ ملایی نشد ملای روم

تا مرید شمس تبریزی نشد

هیچ حلوائی نشد استاد کار

تا که شاگرد شکر ریزی نشد

و خلیفه دیگر از سوی دیگر با فریاد صدا کرده و سرود دیگری میخواند:

چلم چلم چتری

پای شتر جغزی

می خوردی و شخ گشتی

بازار بتان گشتی....

در زمان خلفای بنی امیه میل به تقلید گرز، کباده، بجای کمان و سنگ
بعوض سپر بکار میرفته است.

میل پهلوانی که در گذشته از چوب آهن ساخته میشد، امروز از چوب
درخت نارون ساخته میشود که به شکل استوانه یی بادسته کوتاه ساخته میشود و
هر جفت میل که يك پهلوان از آن استفاده می کنند از ده تا سی کیلو وزن دارد.
علاوه بر آن یکنوع "گرز" کوچک نیز داشتند که آنرا در کمر و همیشه به طرف
مقابل جامیدادند. این گرز تیغه های تیز داشت و آنرا میخکوب هم میکردند و به
روایت "اوستا" این خطرناکترین سلاح بود که مخصوص رب النوع آفتاب بود،
میگویند گر شاسبه، پهلوان معروف کابلی یا سیستانی هنگام جنگ در برابر دشمن
ازین سلاح کار میگرفت.

پهلوانی طی دهه های اخیر در صحنه بین المللی شامل ورزشهای اتلتیک
شده و مقررات خاصی برای آن وضع گردیده است.

کشتی بند و بغل هزاره گی، کندهاری و هراتی

بندو بغل، کشتی قدیمی آریایی است و ریشه های عمیق تاریخی در کشور ما دارد. کلمه "بند" را میتوان دو نوع تحلیل کرد. یکی آنکه، "بند" همان بندی است که در زمان تسلط دین زردشت در آریانای کهن به کمر جوانان در مراسم خاص مذهبی بسته میشد، و این عمل در يك سال سه بار تکرار میگردد، که کلمه کشتی از همین بند گرفته شده، چنانچه کشتی بندی سفید و باریک که از (هفتادونخ) پشم گوسفند بافته میشد. این بند باریک به کمر جوانان در پانزده سالگی بسته میشد.

بندوبغل، معنی کشتی بغل، را میدهد. یعنی از هردو بغل صورت میگيرد. و کشتی بغل اولین کشتی مردم آریایی بوده است.

دیگر آنکه در عصر فردوسی به استاد شاهنامه "بند" به عوض (فن) یا (چال) استعمال شده بدین معنی که در ورزش بندو بغل از فن و چال استفاده میشود. این کشتی در میان مردمان هزاره جات، کندهار، هرات و سایر نقاط کشور مروج است.

کشتی چپنکی

این ورزش از ورزشهای صفحات شمال بوده و به نام "گوراش" یاد میشود. کشتی چپنکی، در میان ازبکها و ترکمنها معمول است، این ورزش در محافل عروسی، جشن ها، اعیاد و ختنه سوری ها و در فصول مختلف صورت میگیرد. این مسابقات معمولاً از طرف شب برگزار میشود.

شکل آغاز این نوع کشتی اینست که پتنوسی پراز نقل و چا کلیت وقند و غیره را در میدان میگذارند. این پتنوس را "پالوان تاواع" یا پتنوس پهلوانی میگویند. بعد، جارچی در میدان جار (جهر) می زند و اعلان می کند. هر کس که پهلوان اول باشد، غوری یا مجمر پهلوانی را از میدان برمیدارد و خود را آماده مسابقه میسازد. آنگاه غوری را در نزد بزرگان وریش سفیدان میگذارند. سپس پیراهن خود را از تن بیرون نموده و چپن مخصوص پهلوانی را می پوشد. آنوقت پهلوان کمر خود را با کمر بند و یا دستمال گل سیب می بندد و به عنوان قهرمان میدان برای برانگیختن دیگر پهلوان، میدان را دور می زند. پهلوان در برابر طرفداران خود رسم تعظیم نموده و آنان در حق او دعا می کنند. هردو پهلوان جور شده و سه بار میدان را دور میزنند. بعد باهم دست میدهند و زانوی خود را بر زمین زده دعا می کند، پهلوانان به مسابقه می پردازند نخست روبه روی هم ایستاده و چپن های شانرا کمی عقب می اندازند. درین نوع کشتی دستها آزاد بوده و صرف از پاهای یکدیگر نمی گیرند که فول شمرده میشود. مگر بالاتر از کمر مجاز است. درین کشتی بعضی چالها بوسیله پاها استعمال میشود. غالب شدن پهلوان لحظه یی است که شانه حریف به زمین برسد و پهلوان دیگر به روی سینه جانب مقابل قرار گیرد.

بزکشی

بزکشی از بازیهای قدیمی است. این بازی با اهلی شدن اسب در بین آریایی ها به وجود آمد.

محل پیدایش آن مناطق بین آمو دریا و آسیای مرکزی میباشد؛ اما این بازی از نظر مهارتهای سوار کاری در سرزمین افغانستان تکامل کرده است. سابقه وجود آمدن این ورزش بر سه کلمه استوار است: آریا، اسب و باخت. علت نامگذاری آن بزهای کوهی است که در گذشته، پهلوانان آنرا شکار میکردند. از آنجا که پرورش اسب در خراسان و آریانای قدیم یکی از مشغولیت های مردم بوده، باگذشت زمان تکامل کرده است. گله داری، اسب دوانی و سوارکاری و استفاده از آن در جنگها و در مقابل دشمنان، شکل بازی اجتماعی را اختیار کرده است.

باید گفت که اصل بزکشی در جنگها و در مقابله با قوای اسکندر مقدونی به کار گرفته شد.

((اله مان))^(۱) پهلوانان قوی و چابکی بودند که شبانه بردشمن حمله می کردند و افراد دشمن را از میدان باخود زنده زنده می بردند. بعد ها، این مهارت جنگی با استفاده از بزهای کوهی برای نمایش استفاده شد.

در واقع برای گرم ساختن و یا به منظور مشق این مهارت به شکل مسابقه های دستجمعی در آمد.

^۱ اله مان، کلمه ترکی بوده و به معنی تیز چنگال و چست و چالاک است.

خصوصیت بازی اینست که سوار کار باید در گرفتن جسد حیوان، برداشتن آن از زمین و بردن آن و رسانیدن آن به جای معین مهارت به خرج بدهد.

سوارکاران برای پیدا کردن مهارت، مشق های دشواری را پشت سر میگذارند دلاوری، نیرومندی و چابکی و پهلوان بودن لازمه سوارکار است. کسانی که درین بازی سهم میگیرند، معمولاً پهلوان گفته میشوند.

ازین گذشته برای این سوارکاران علاوه بر پهلوان "چاپ انداز" هم می گویند. چاپ اندازان باید "بز" را به "دایره حلال" برسانند. دایره حلال نقطه و یا محلی است که به شکل دایره خط اندازی میشود. هر سوارکار باید جسد بز یا حیوان مورد نظر را که معمولاً گوساله میباشد، به آنجا برساند.

برای ورزش بزکشی، اسپان ورزیده، پرورش شده و اصیل لازم است. این شیوه همانطوریکه در گذشته های دور معمول بوده، تا کنون با پیشرفتها و تجارب بیشتر ادامه یافته است.

تربیه اسپ در مناطق کوهستانی و دارای تپه ها بیشتر ممکن و میسر است.

صفحات شمال کشور ما ازین نظر قابل توجه است. در قدیم باختر جایگاه اسپان نیرومند و اصیل بود. بعد ها نام قطغن با این میراث گره خورد و بر سرزبانها افتاد. اسپان باختری دیروز و قطغنی امروز که شامل مناطق بدخشان، مزار شریف، فاریاب و جوزجان است، از تربیه بهتر بهره مند هستند و نسل اسپان اصیل و کار آمد را عرضه می کنند. یکنوع این اسپان که کوچک اندام ولی قوی و با استقامت هستند، در کوهستانها پرورش میشوند و شامل اسپان قطغنی و بدخشانی است، نوع دیگر که در دامنه ها و دشتها پرورش می یابند، دارای اندامی قوی و بزرگ اند و گردن های افراشته دارند.

این ورزش در ولایات بدخشان، تخار کندز، بغلان، سمنگان، جوزجان،



فاریاب و بلخ رواج دارد.

این ورزش همه ساله به شکل مسابقات گروپی در ایام زمستان صورت میگیرد.

علاوه بر آن در روزهای جمعه، در جشنها، عیدها و مراسم عروسی و ختنه سوری و خوشی برگزار میگردد.

با تأسیس ریاست المپیک در کابل، این ورزش به عنوان یک ورزش ملی و اجتماعی مورد توجه قرار گرفت که همه ساله مسابقات آن در کابل و در مراسم رسمی و جشنها در ستدیوم ورزشی و چمن حضوری و بگرامی دایر میشد. که تشکیلات معینی برای آن در کابل و ولایات به وجود آمد.

باید یاد آورشد که برگزاری مسابقات بزمی در ولایات به مصرف یکی از بزرگان و ثروتمندان "بای ها" صورت میگرفت. این مصارف شامل توزیع جوایز نقدی و جنسی مثل: چین و البسه و قالینچه و اسپ، سکه طلا، تفنگ و شتر و غیره بود که به چاپ اندازان و برنده گان مسابقه توزیع میشد.

چاپ اندازان درین ورزش به دو گروپ جدا میشود، مسابقه به اشاره حکم آغاز میگردد.

علاوه بر دایره حلال و یک بیرق در یک نقطه میدان مسابقه نصب میشود، چاپ انداز با عبوردادن گوساله از بیرق و رساندن آن به دایره حلال برنده میشود. مسابقه بزمی معمولاً دو الی سه ساعت را در بر میگیرد، و در پایان مسابقه جارچی (جهرچی) نتیجه مسابقه و برنده گان را اعلان می کند که آنرا از "آخر او غلاغ" میگویند.

نوع دیگر مسابقه که بیشتر برنده گان آن به صورت انفرادی تلاش می کنند، گروپ معینی وجود ندارد، تعداد اسپ، تیم و چاپ انداز معلوم نیست و تاصدها اسپ میتواند در مسابقه اشتراك کند و این مسابقات چندین روز دوام می کند و معمولاً به مناسبت مراسم و جشنها و عروسیها و اعیاد، صورت میگیرد.

درین مسابقات گذشتاندن گوساله از "قوره" و رساندن آن تا بیرق برنده راعیین می کند. این مسابقات "قونوق" یا مهمانی های بزرگی را که "توی" هم گفته میشود به دنبال دارد.

در ورزشهایی که به شکل مسابقات برگزار میشود ویژه گیهای دیگری دارد. طوریکه در گذشته در مراسم جشن وغیره تیمهای بزکشی ولایات به کابل دعوت میشدند. این تیم ها تحت نظریکنفر سرحکم و دو حکم و یکنفر مشاور از هر ولایت برگزار میشد. هر تیم در روز اول برای دریافت بیرق (توع) قهرمانی تلاش میکرد. برای اجرای آن از هر ولایت پنج نفر چاپ انداز برای يك ساعت مسابقه می کنند. هر تیمی که نمرات بیشتر به دست آورد، برنده مسابقات بزکشی سال به خاطر کپ بیرق قهرمانی میگردد.

همچنان به اساس قرعه نیز این مسابقات در حضور روسای بزکشی هر ولایت وهیأت داوری صورت میگیرد. درین مسابقات تیم قهرمان سال قبل به رسم عننه قمچین خود را به روی زمین میگذارد، و این عمل را با غرور و اطمینان طوری انجام میدهد که برای انجام مسابقه داوطلب دعوت می کرد. هر تیمی که حاضر میشد، بابر داشتن قمچین از زمین به میدان می رفت، هر گاه يك تیم سه سال برنده بیرق قهرمانی میگردد، برای همیشه قهرمان می ماند. چاپ اندازان هر کدام با لباسهای مخصوص و علایم قالین، پوست قره قل، گل لاله وغیره که پیدآوار خاص هر ولایت را معرفی میکرد، تشخیص و شناخته میشدند.

با وجودیکه مسابقه و ورزش بزکشی از خود مقرراتی داشت، با آنها کمیته ملی المپیک افغانستان، مقرره خاصی برای آن وضع کرد که از طرف ورزشکاران مورد استفاده قرار میگرفت و درین مقرره اصول تازه یی بر آن افزوده شد که از تخطی ها و اشتباهات (فول ها) در مسابقه تا حدود زیادی جلوگیری میشد.

باید گفت که مرکز میدان با دایره حلال و بیرقها نشانه گذاری و مشخص میشود. میدان بزکشی معمولاً به شکل مربع میباشد که هر ضلع آن سه صد و پنجاه

متر طول میداشته باشد و یامیتواند میدان به شکل مستطیل هم باشد. یعنی عرض آن سه صد متر و طول آن سه صد و پنجاه متر میباشد. هرگاه چاپ انداز از خط میدان خارج میشود، بنا به اشاره حکم میدان، گوساله دوباره به اندازه دو صد و پنجاه متر به داخل میدان آورده میشود. هر چاپ انداز که بابر داشتن گوساله از دایره حلال و عبور دادن آن از بیرقی، آنرا دوباره به دایره حلال مربوطه خود برساند، سه نمره به تیم خود کمایی می کند. سه دایره در امتداد هم در میدان طوری خط اندازی میشود که یکی دایره برداشت، و دو دایره دیگر دایره های حلال مربوط هر تیم میباشد.

وزن گوساله از پنج الی هفت سیر کابل یعنی از سی الی چهل و پنج کیلو گرام میباشد. گوساله یکروز قبل از مسابقه کشته میشود و آنرا در بین آب میگذارند که پوست آن سخت شود تا در جریان بازی مقاومت داشته باشد درین مسابقات بزکش ها با صدمات جدی از جمله با شکستن دست، پا و سر و غیره مواجه میشوند، بعضاً بازی سبب مرگ چاپ انداز نیز میگردد.

قابل یاد آور است که این بازی در برخی از نقاط شمال کشور با استفاده از خرها نیز صورت میگیرد.

اسپ سواری

اسپ سواری نیز از قدیمترین ورزشهای مردم سرزمین ماست. پیشینه این بازی به (۱۰۰۰) قبل از میلاد میرسد.

باید گفت، آریایی های باختری باتر بیه اسپ تا آن اندازه اشتغال داشتند، که اسپ در حیات آنها نقش عمده یی داشت.

روسای خانواده های بزرگ، چندین هزار گله اسپ داشتند و هر کدام از آنها از روی اسپان خویش به صفتی و نامی شهرت یافته و نامیده میشدند، از آنجمله است: گرشاسپه (صاحب اسپ لاغر)، اروت اسپه (صاحب اسپان تندرو) یوروشسپه (صاحب اسپ پیر)، ارجت اسپه (صاحب اسپ گرانبها) و خواسپه (صاحب اسپ خوب).

همینطور یکی از شهر های نزدیک بلخ که به داشتن اسپهای قشنگ و اعلی معروف بود، به نام زر اسپه (اسپ طلایی) یاد میشد. و اسم این شهر تا زمانه های مورخان و جغرافیه نگاران کلاسیک مشهور بود.^(۲)

استفاده از اسپ و اسپ سواری حتی در تشکیلات نظامی نیز راه یافته بود، در زمان حاضر اسپ سواری در صفحات شمال کشور، مخصوصاً در بلخ، کندز، تخار، هنوز رواج بسیار دارد.

در حدود صد سال پیش درباریان و مقامات عالیرتبه و برخی از بزرگان در کابل صاحب اسپ خاصه بودند، که از طرف حکومت وقت برای شان داده

^۲ تاریخ افغانستان، جلد اول.

میشد. از اسپ سواری علاوه بر آن به شکل مسابقات و ورزشها و هوا خوریه‌ها استفاده میشد.

اسپ سواری در هزاره جات از مدتها بدینسو از جمله بازیهای معمول به شمار می رود. طوریکه در عروسی ها بعد از صرف نان، اسپ سواران به موافقه پدر عروس که يك اندازه پول را به نام (شرط اسپ) قبول میکند، به اسپ دوانی میپردازند، در این سوارکاری باید دو طرف فاصله یی را که محیط (پشته) گفته میشود، طی کنند.

خرتازی (خردوانی)

خردوانی نیز بعضاً از جمله سرگرمیهای مورد علاقه جوانان روستایی به شمار می رود.

این سرگرمی که بیشتر در مربوطات ولایت هرات و مزارو تاشقرغان و مناطق دیگر از زمانه های دور به اینسو صورت میگیرد، با شرط بندیها توأم است. باید گفت، استفاده از خر بعنوان يك وسیله باربری در مناطق گوناگون سبب شده که به تربیه آن توجه زیاد صورت گیرد، زمینه استفاده از خر، در باربری، سنگ کشی، حمل و نقل کالاها و مواد خوراکی از روستاها به شهرها و بر عکس بسیار زیاد است.

از همین جهت است که از خر به عنوان سرگرمی و ورزش نیز استفاده میکنند.

این بازی در ولسوالی زنده جان و لایت هرات بسیار زیاد معمول و مروج است. در ماههای سرطان و میزان در زنده جان که مردم از جاهای دور به زیارت "رباط پی" میروند، در آنجا خیمه میزنند و گاهی در زیر صخره های بزرگ چند شبانه روز را به شکل میله باسازو سرور سپری می کنند. در همین روزهای "میله" مسابقات خرتازی، رنگ و رونق خاص می یابد.

در سایر نقاط هرات، در روزهای عید، بعد از ادای نماز، همه به میله می پردازند و مسابقات خرتازی، صورت میگیرد.

در ولایات شمال کشور مانند: بلخ، بغلان، سمنگان، کندز، جوزجان و غیره با استفاده از خر به "بزکشی" میپردازند.

خرک بازی

این بازی ورزشی که شباهت زیاد به ورزش "پرش با ارتفاع" بین المللی دارد، از بازیهای مورد علاقه مردم هرات و ساحات دو روپیش آن به شمار می رود. بازی طوربست که یکنفر کف دستهای خود را بر زانو می گذارد و خم میشود، و دیگری از پشت او خیز می زند. این حرکت توسط يك یا چند نفر به نوبت اجرا میشود.

همچنان از چوب به شکل "خرک" در روی زمین دوبایه داده روی آن يك تخته چوبی که حد و دیکنیم متر طول دارد، قرار می دهند روی آنرا با دوشک تکه یی و پوش چرمی، می پوشانند. ورزشکاران در حالت دوش از يك سمت دو دست خود را روی تخته محکم تماس داده و بعد به سوی دیگر آن پرش می کنند. نوع اول آنرا که توسط يك شخص به اصطلاح پشتک گرفته میشود و در بعضی مناطق هرات به نام بازی "جفتک" یا بازی جفتک چارکش "نیز یاد می کنند. همینطور، "خرحلقه" عبارت از چنان خرکی است که دو حلقه بر روی آن نصب شده و در روی آن حرکات مختلفی انجام میدهند، و آنرا "اسپک" میگویند. "خر بازی" یکنوع بازی دیگرست که، دو نفر در برابر همدیگر خم میشوند، سرها را نزدیک هم و دستها را روی زانو میگذارند، و سر ریسمان را بدست میگیرند، در حالیکه سر دیگر ریسمان را شخص دیگر به دست گرفته و به دورویش آن میگردد، و نمیکرد کسی از شاملان بازی برپشت آنها سوار شود، و اگر سوار شود، تا وقتی سوار خواهد ماند که دیگری گرفتار شده، شخصی که سر ریسمان را در دست دارد، "خر بند" گفته میشود، برهر کس که پای خود را بزند تا او را بیاورد و با این نفر دیگر در قطار کشد، تاوقتی که دیگری به هم برسد، آن دو شخص نجات یابند، به این ترتیب بازی ختم میشود و یا توسط داوطلبان دیگر از سر تکرار میشود.

سورجه خوردن

این بازی از ورزشهای ساده و دلچسپ زمستانی است. بعد از باریدن برف و نیز در اواسط ماه دلو و حوت که برفها شروع به آب شدن میکند و خنکهای شب آنرا سخت و منجمد میسازد، سطح های هموار و بلورین روی برف به وجود می آید، زمان ورزش "سورجه" و سورجه خوردن شروع میشود. درین وقت جوانان از هر جا جمع شده و از بالای کوهها و تپه ها جاهای مناسب را انتخاب و از آنجا يك سرك به عرض دو سه متر از برف به وجود می آورند. این را هها را در جایی می سازند که دامنه آن بیشتر از يك میل امتداد داشته باشد. کسانی که برای سورجه شوق زیاد دارند، سحر گاه پیش از طلوع آفتاب آله مخصوص سورجه را گرفته و به محل یاد شده میروند. آله سورجه، عبارت از يك تخته چوب دراز رخ (يك و نیم متر درنیم متر) است که از کنده های درختان محکم مثل چارمغز، توت و غیره تهیه شده میباشد.

این ورزش به شکل مسابقه برگزار میشود. ترتیب مسابقه طوریست که در هر نوبت دو نفر بر تخته های جداگانه می نشینند و در یکزمان خود را به طرف پایین میلغزانند. هر شخصیکه بدون افتادن و یا انحراف از سرك خود را به خط مستقیم به نقطه مطلوب یعنی به پایان سرك بیشتر وزودتر برساند، برنده مسابقه است. گاهی در عرض راه یا سرك، موانعی از برف به وجود می آورند، این موانع با برجستگی های سطح مایل، در عین سرعت، موجب جست و خیز تخته



میشود، اگر کسی لیاقت و مهارت لازم نداشته باشد، کنترل را از دست داده، در نتیجه افتاده و صدمه می بیند. یگانه قاعده عمومی درین ورزش اینست که هر شخص به اثر بی موازنه گی و بی ترتیب بودن در سیر حرکت، صدمه می بیند، همبازی های او، یکجایی او را به منزلش انتقال می دهند.

باید یاد آور شد که از سال ۱۳۲۱ شمسی و سایل مقدماتی بازی "سکی" از سوی ریاست گرځندوی در چوک ارغنده فراهم گردید و تا حدودی جای آنرا گرفت، اما با وجود آن، سورجه هنوز هم در مناطق دور افتاده موجودیت خویش را از دست نداده است.

یخمالک

یخمالک از بازیهای ورزشی و بسیار معمول در مناطق سرد سیر سراسر افغانستان است، با پوشیده شدن زمین از برف در زمستانها، یخمالک، وسیله سپورت و تفریح اکثر جوانان و اطفال میباشد.

این ورزش به گونه عنعنوی آن اجراء میشود و هیچگونه ترتیب و قاعده فنی مربوط به خود را ندارد.

ساحه این ورزش در حدود ۸-۹ متر بوده، علاقمندان آن باید با پیدا کردن سطح لشم و یخ بسته، با استفاده از بوتهایی که تلی های میخدار باشد، و یا بوسیله بوتهای عادی، بشکل ایستاده و گاهی هم در حال نشستن روی دوبا به این بازی میپردازند.

باوجود آنکه این بازی مقررات خاص ندارد، مگر وقتی شمار زیاد اطفال و جوانان در محل بازی حاضر میشود، یکنفر را از بین خود که به بازی یخمالک مهارت زیاد داشته باشد "میر" و یا سرکرده انتخاب میکنند.

میر برای تمرین و یاد دادن و نشان دادن چالها شخصاً ابتکار عمل را به دست میگیرد، دیگران با دقت چالهای او را مراقبت و مورد توجه قرار میدهند یعنی هر عمل و نمایشی را که او انجام میدهد، دیگران به دنبال او انجام میدهند...

شکل پیشرفته این بازی یخمالک در سایر کشورها همانا بازی و رقص روی یخ است که لباس، حرکات و قواعد خاصی را داراست.



بازی ها در بین آب

بخاری

این بازی را اطفال و نوجوانان (هر يك در گروه خود) اجرا مینمایند
تعداد بازیکنان از ۳-۱۵ نفر میباشد. شیوه بازی طوریت که بنابر توافق بازیکنان
يك بازی كن به حیث "بخاری" انتخاب شده دیگر بازیکنان "بخاری" را در کنار
آب روی دست ها به هوا بلند نموده با تمام قوت و شدت ممکنه او را در بین آب
پرتاب میکنند بازیکن "بخاری" شده پس از آمدن بر روی آب بازیکنان دیگر را در
داخل آب تعقیب نموده، میکوشد یکی را گیر بیاورد مگر بازی كنان با استفاده از
مهارتها و استعدادهای شناوری روی آب وزیرآبی از او گریخته كوشش میکنند تا
گیر نیابند. هر گاه "بخاری" توانست با مهارت یکی از بازیکنان را گیر بیاورد، در
آنصورت همه بازیکنان دیگر از گریزوشنا دست کشیده مثل دفعه اول اینبار بازیکن
دستگیر شده را روی دستان خود بلند نموده و یا شدت زیاد داخل آب دریا پرتاب
میکند. این بازیکن دوم "بخاری" شده كوشش میکند تا یکی را دستگیر نماید و
بازی به همین شكل تا توافق و خستگی بازیکنان دوام مینماید.

هر گاه بازیکن "بخاری" شده نتواند تا ۵ یا ۱۰ دقیقه "بخاری" جدیدی
گیر کند در آنصورت بازیکنان دیگر دست از شنا و گریز کشیده و با گفتن اینکه دیگر
بخاری كهنه شده همان بازیکن را بار دیگر سر دست ها بلند نموده و بین آب "بخاری"
می اندازند و بازی سر از نو آغاز می یابد.



تاپه ری - پیدا کردن:

مقصد از اجرای این بازی یافتن و بیرون کشیدن شی تعیین شده از داخل آب است. عموماً این بازی را نوجوانان اجرا می نمایند. این بازی در آب حوض و دریا به دو شکل اجرا میگردد.

شکل انفرادی: شرکت کنندگان بازی خارج از آب قرار گرفته و شی تعیین شده معمولاً (سنگ نشانی دار) را داخل آب پرتاب می نمایند. شخص اول آب باز و یا شناور خود را داخل آب انداخته به جستجوی شی مطلوب میگردد و کوشش میکند شی را پیدا نموده بیرون بکشد. آب باز به اندازه قدرت و تحمل خود به جستجوی شی می پردازد یا موفق میشود یا ناکام از آب بیرون می آید. همین طور شخص دوم و سوم این عمل را انجام می دهند.

در شکل جمعی همزمان همه بازیکنان بیرون از آب قرار گرفته شی مورد نظر را داخل آب پرتاب می نمایند بعد همه بازیکنان همزمان به يك اشاره، داخل آب شده و به جستجوی شی مطلوب می پردازند هر يك بازیکن که موفق به پیدا نمودن شی و کشیدن آن از آب شود برنده و دیگران بازنده محسوب می گردند. عموماً درین بازی از سنگ های يك سیره و یا زیاد کار می گیرند. درین حال موفقیت از آن اشخاص ماهر و قوی البنیه میباشد.

شونخ اوتی:

این بازی شکل مسابقوی داشته و در آن حد اقل ۲ تا ۱۵ نفر و یا بیشتر بازیکنان اشتراك نموده میتوانند. این بازی مهارتهای شناوری زیر آب (در شرایط عدم تنفس) بازیکنان را زیاد ساخته و به سه شکل اجرا میشود.

همه کسانیکه درین بازی شرکت می ورزند، در آغاز روی يك خط البته

در داخل آب دریا قرار میگیرند.

بازی زیر نظارت داور و یا تماشاچی ها همزمان توسط همه بازیکنان آغاز می یابد.

یعنی به مجرد علامت داور، کلیه شرکت کننده ها به يك حرکت خود را زیر آب دریا فرو برده و به استقامت تعیین شده (معمولاً در جهت جریان آب) شناوری زیر آب مینمایند. طبعاً بنابر مهارت شناوری زیر آب و قدرت تحمل بدن در شرایط عدم تنفس، هر کس در فاصله های مختلف از نقطه آغاز، از زیر آب بیرون میشود در آخر مقام ها از روی زیادی فاصله هایی که در زیر آب پیموده باشد تعیین میگردد. همین طور مقام اول، دوم و سوم و غیره تعیین میگردد.

در این بازی مسابقه به شکل انفرادی هم اجرا میگردد یعنی شناور از نقطه آغاز به اشاره داور خود را زیر آب زده باشناوری زیر آب بعد از طی نمودن فاصله یی از زیر آب بر آمده و در همان نقطه تعیین شده توقف می نماید. در این بازی به اساس نوبت نفر اول، دوم سوم و غیره این بازی را اجرا می نماید.

این بازی به صورت ساکن و جابجایی هم اجرا میگردد در این شکل شناوری زیر آب نقش نداشته و فقط قدرت تحمل شرایط عدم تنفس بازی کن نقش بازی میکند. شیوه بازی طور یست که به اشاره داور همه بازیکنان جابجا در زیر آب غوطه زده در همان محل زیر آب به اندازه قدرت و توانائی خود توقف میکنند و بازی کنان یکی پس دیگری دوباره از زیر آب می برآیند. و برنده اول کسی است که از همه آخر تر از آب بیرون میشود و کسی که اول از زیر آب بیرون آید نفر آخر است.

پایگه

پایگه در جمله ورزشهای امروزی، همان مسابقه دوش است. این از ورزشهای خیلی باستانی است. این ورزش بوسیله اطفال و نوجوانان اجرا میشود و از بازیهای مردم جوجان است که در فصل بهار برگزار میگردد، پایگه به دو نوع است: پایگه پیاده و پایگه سواره.

پایگه پیاده:

این ورزش نوعی مسابقه دویدن میان اطفال و نوجوانانست. شیوه بازی طوریت که همه شرکت ها در يك خط در محل آغاز بازی قرار میگیرند با اشاره حکم ها دوش آغاز میشود و همه بازیکنان در فاصله تعیین شده میدوند. هر کس خود را زودتر به نقطه معین برساند، برنده مقام اول میشود، بازیکن بعدی به مقام دوم و به همین ترتیب تا مقامات بعدی. درین بازی در چندین دور مقام ها تعیین میشود.

پایگه سواره:

درین بازی قدرت بدنی و دونده گی اشخاص شرکت کننده تعیین نمیشود، بلکه به خاطر اشتراك اسپ و خر، به نام "پایگه اسپ" و "پایگه خر" یاد میشود. در ورزش پایگه سواره که به سواری این دو حیوان صورت میگیرد، نقش

این حیوانات بیشتر مد نظر است.

شیوه بازی طوریت که تمام اسپ ها یا خرها روی خط معین مسابقه قرار میگیرند و صاحبان این حیوانات نیز سوار بر آنها در مسابقه اشتراك می ورزند. با اشاره داوران، اسپها و یا خرها فاصله معینه را می پیمایند، هر کس فاصله را زود تر طی کرد و به محل مورد نظر رسید به مقام اول میرسد، به این ترتیب برنده گان که همان خر و یا اسپ است به ترتیب به جوایز دست می یابند. باید یاد آوری شود که مسابقات اسپها و خرها در گروههای جداگانه صورت میگیرد.

تاش تيله ری

(پرتاب سنگ)

این بازی بین جوانان ۱۵ تا ۳۵ ساله صورت میگیرد، درین بازی به تعداد ۲ تا ۸ نفر سهم میگیرند، این بازی در همه فصلها مخصوصاً در فصل بهار بر گزار میشود.

این بازی در واقع شباهت به بازی پرتاب گلوله دارد. وزن سنگ نیز به تناسب سن اشتراك كننده گان تعیین میگردد. بازیکنان سنگ مورد نظر را روی کف دست و دست را روی شانه قرار داده و به شیوه مخصوص آنرا پرتاب می کنند. در هر دور بازی افراد ممکنست افراد اول، دوم و سوم انتخاب شود. این ورزش پرتاب سنگ تقریباً از بازیهای عام و معمول و بسیار قدیمی در افغانستان است.

نیزه زنی

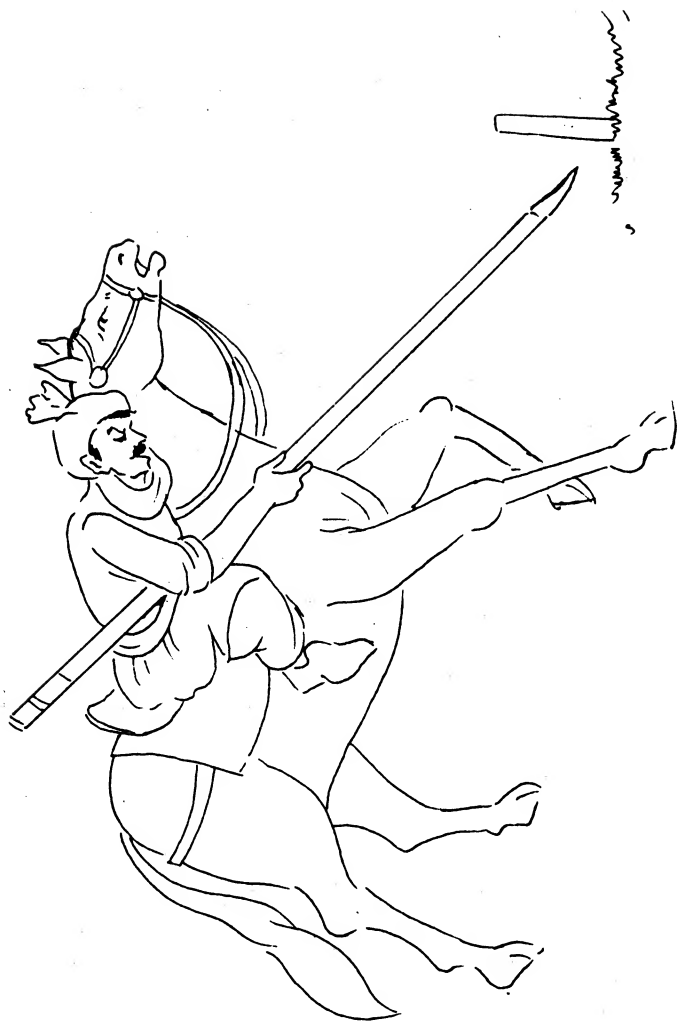
یکی از بازیهای بلستانی در کشور ما که هنوز هم رایج است، نیزه زنی است. نیزه یکی از آلات جنگی آریایی بود که مانند تیرو کمان، تبر و قمه و فلاخن (فلقمان) در مقابل دشمن استفاده میشد.

چوب نیزه به طول دو متر و یا بیشتر بوده و ضخامت آن ده سانتی متر و یا بیشتر میباشد. نوک قسمت پایینی آن با آهن تیز رخدار پوشیده میباشد. این بازی به وسیله مردان نیرومند اجراء میشود، طوریکه نیزه زنان به سواری اسب های قوی و چابک از فاصله های دور به سرعت می دونند و نیزه را به محل معین پرتاب می کنند.

در دوره اوستا در کشور ما یکنوع نیزه های کوچکی داشتند که نسبت به تیر بزرگتر بود و در میدان جنگ بر سر دشمن انداخته میشد، که هر پهلوان از ۲۵ تا ۳۰ دانه آنها به همراه داشت. درین زمان سعی میکردند، نیزه ها را طویلتر و نوک تیزتر سازند.

در آثار کهن از نیزه زنی غوریان و شاهان غزنوی نیز یاد شده که با آن حیوان وحشی از جمله شیر و نخجیر را شکار می کردند.

هم اکنون نیزه زنی در میان برخی از قبایل افغانی به صورت عنعنوی آن رواج دارد. مردم غزنی و کتواز در هنگام برگزاری عروسی ها درضمن سایر نمایشهای محلی، به نیزه بازی می پردازند. برای این منظور سه تا میخ چوبی را به فاصله های معین در زمین می کوبند، تا نیزه زنان سوار بر اسب در حال اسب



سواری و تاختن مهارت خود را نشان بدهند، همچنان این بازی در هزاره جات و مزار شریف و سایر ولایات نیز رواج دارد، در هزاره جات این بازی را "کوندلون" میگویند.

برای انجام بهتر این بازی اسبان را به شیوه خاص تربیه می کنند در مناطق پشتو زبان اسبان خود را که با آن نیزه بازی میکنند، با نامهایی مسمی میسازند مانند: نارنج، گرندی، خری وغیره.

برای اجزای بازی میدان وسیع و بزرگی ضرورت است. قبل از شروع نیزه بازی، دو نفر دهل چی به نواختن دهل میپردازند. این امر سبب ایجاد شوق و هیجان در اسب و سوار کار میگردد، سوار کار از يك فاصله دو صد متری به سوی میخ می تازد و در نزدك میخ که میرسد، خود را خم می کند، نوک نیزه را به میخ چوبی برابر میسازد، و با اصابت نیزه میخ را با نوک نیزه برمیدارد، و آنرا در هوا دور میدهد، درین وقت دهل چیان صدای مخصوص دهل ها را بلند و بلند تر میسازند و بدینوسیله پیروزی سوار کار را اعلان می کنند. در صورتیکه سوارکار در کشیدن میخ موفق نشود، دهل زن همان صدای مخصوص دهل را بلند نمیسازد. درین صورت همه میدانند که سوارکار موفق نشده است.

باید گفت که این بازی معرف کلتور قدیمی و دلیری سوارکاران است، جنگاوران به همین وسیله در میدانهای جنگ دشمن را با نیزه می دوختند و توانایی آنها را تارومار می کردند.

گوی و چوگان بازی

چوگان به معنی چوب و نوپ آنرا "گوی" میگویند. چوگان چوب باریکی است و سر آن اندکی پهن و خمیده است، و آنرا چوب سرکج نیز میگویند. این بازی هم به شکل سوار و هم پیاده بازی میشود.

این بازی نیز یکی از ورزشهای بسیار دلچسپ و باستانی کشور است، حتی شاهان و وزیران نیز به این بازی می پرداختند.

به روایت تاریخ قدیم افغانستان، در عصر سامانیان امیر رشید عبدالملک روزی بعد از نماز عصر خواست به سواری اسپانی که الپتگین برایش هدیه فرستاده بود، چوگان بازی کند. زمانیکه به بازی پرداخت، ناگاه از اسپ بر زمین افتاد، وقتی متوجه شدند، امیر جان داده بود...

گوی و چوگان بازی از سرزمین ما در گذشته به کشورهای دیگر از جمله: به هندوستان و از آنجا به چین و جاپان و از آنجا به انگلستان رفته است، چنانکه اولین بازی رسمی گوی و چوگان در سال ۱۸۶۹ در انگلستان دایر شد. برخی به این عقیده هستند که بازی هاکی از گوی و چوگان بازی انکشاف کرده است.

شیطان؛ شیطان

درین بازی که به اشتراك اطفال ۸ تا ۱۲ سال صورت میگیرد و هفت تا دوازده نفر را در بر میگیرد. این عده به دودسته تقسیم میشوند. برای هر جوړه يك حفره كوچك كنده میشود (به عمق ۱۵-۲۰ و قطر ۲۰ سانتی متر) يك حفره دیگر که به هیچکس مربوط نیست و در وسط حفره ها و کوچکتر از حفره ها كنده میشود، که به نام حفره شیطان یاد میشود. وسیله این بازی یکدانه توپ است برای آغاز بازی قرعه انداخته میشود، نام هر گروهی که ظاهر شد، امتیاز سوار شدن بر پشت اعضای گروپ دیگر را بدست می آورند.

اعضای گروپ دوم طور دایروی و هر يك به فاصله دو یا سه متر دورتر در مقابل گروپ حفره مربوط خویش طوری به زمین می نشینند که افراد گروپ اول بر شانه های شان سوار شده بتوانند، درینوقت سرگروپ اول بر شانه های میر گروپ دوم سوار میشود. میر گروپ دوم درینوقت توپ را بطرف حفره ها لول میدهد. توپ به هر حفره یی که داخل شد، نفرهای منسوب به همان حفره عوض میران به جای آنان می آیند و میران به نزدیک حفره ها می روند، پس از آن همین شخص در حالیکه حریفش به شانه اش سوار است، توپ را لول میدهد، به این ترتیب توپ به حفره دو نفر (جوړه) دیگر می افتد، پس آندو می آیند و بازی ادامه می یابد. بالاخره بعد از دو سه مرتبه لول دادن توپ به حفره شیطان داخل میشود، درین وقت میر و اعضای دسته اول به يك خیز و به سرعت به طرف محلی که قبلاً

تعیین شده به نام "پاك جاگه" یاد میشود، میگریزند. پاك جاگه محلست که هر کس خود را در آنجا برساند، از توپ خوردن مصوون میماند. دسته دوم هر يك میکوشند که توپ را گرفته و یکی از افراد دسته اول را بزنند. اگر توپ به یکی از آنها اصابت کرد، این بار امتیاز سواری از گروپ دوم میباشد. و بازی درینجا از سر گرفته میشود.

بازی شیطان، شیطان در بدخشان و مناطق ما حول آن علاقمندان بسیاری دارد.

بازی "گیند اوږده"

این بازی به معنی "گیند" یعنی توپ و "اوږده" به معنی دراز است یعنی بازی توپ ادامه دار، یا طولانی، بوده و در مناطق پشتو زبانان مرسوم است. درین بازی تعداد بازی کننده گان معین نیست. یک بازی کننده توپ را به هوا افکنده میگوید: "نیزه ولاړه!" یعنی نیزه رفت. این جمله کدام مفهوم خاص نداشته، بلکه صرف علامه آغاز بازی است.

در فاصله یی که توپ از هوا به زمین می آید، بازی کننده ها پراکنده میشوند، ولی شخصی که توپ را به هوا پرتاب کرده، توپ را می قاپد و با آن یکی از بازی کننده ها را مورد هدف قرار می دهد، شخص مضروب سعی می کند از خود دفاع کرده و یا توپ را بقاپد زدن توپ به استثنای سرو دستها به سایر نقاط بدن مجاز است.

کسیکه توپ به جانش خورده از طرف زننده توپ مورد سواری قرار میگیرد. درین وقت بازی کننده گان دیگر نزدش می آیند آن گاه توپ را بار دیگر بر زمین میزنند. وقتیکه توپ بعد از اصابت بر زمین به هوا بلند شد، آنرا از هوا گرفته و دوباره به او می دهند، آن شخص را باز هم و باز هم با توپ میزنند و وی باز هم توپ را میگیرد، هرگاه توپ از دست شخص اولی رها شد، در آنوقت بار دیگر بر سر شخص رها کننده توپ سوار میشوند، و دیگر بازی کننده گان یکجا با

وی می دوند. همین شخص دوباره توپ را گرفته بار دیگر میدود و با توپ شخص دیگری را میزند هرگاه توانست شخص مطلوب را بزند باز هم او را خم ساخته و بالایش سوار میشود و توپ را میزند و دیگران آنها می گیرند. هرگاه توپ بار دیگر به خطا برود، بازی کننده به سرعت توپ را میگیرد و شخص دیگری را با آن می زند و باز هم به دنبال دیگری میدود تا او را بزند. این سلسله بازی تا زمانی ادامه می یابد که بازی کننده گان از ادامه آم صرف نظر کنند.

لپر

این بازی توسط يك سنگ پهن و يك سنگ گرد و مدور بازی میشود، برای اجرای این بازی، بازی کننده گان به دو دسته تقسیم میشوند، طوریکه هر بازی کننده خود سنگ پهنی میداشته باشد، در شروع بازی نخست سنگ گرد و مدور را در جای معینی در میدان بازی میگذارند، پس از آن هر نفر به نوبت سنگ دست داشته خویش را به سوی همان سنگ مدوری که در میدان قرار دارد، پرتاب میکند. تا سنگ مدور از جای اصل آن بیجای شود. هر قدریکه سنگ مدور بوسیله شخص از محل اصلی آن بیشتر دور گردد، مهارت وی بهتر تبارز میکند. در اخیر، حدود و اندازه فاصله سنگ میدان محاسبه میشود، در هر گروهی که حدود این فاصله بیشتر باشد برنده است.

این بازی از نظر تقویه عضلات مخصوصاً پنجه های دست و بازو و استحکام کمرباها بسیار موثر است، و نیز برای تمرین نشان زنی مفید است.

خیز با پرش

این بازی نیز به صورت دسته جمعی اجرا میگردد و تعداد بازیکنان معین نیست، بازی به سه شکل است.

۱- خیز:

این شکل بازی مشابه به خیز برروی زمین بوده، تنها هرینجا خیز از کنار دریا یا حوض به داخل صورت میگیرد همه بازیکنان از آب خارج شده و در فاصله ۱۰-۱۵ متر دورتر قرار میگیرند. بازیکنان به ترتیب يك يك نفر دویده و هر داخل آب عملیه خیز را انجام میدهند طبعاً مانند خیز روی زمین، کسیکه زیاد ترین فاصله را از (کنار دریا یا حوض تا محل سقوط) خیز بزند نفر اول انتخاب شده، نفر دوم، سوم بالترتیب فاصله های کمتر از آن قرار میگیرند.

۲- خیز با ملاق:

این شکل صرف همین قدر تفاوت دارد که بازیکنان هنگام خیز از کنار آب خود را با ملاق زدن اجرا میکند. اشخاص ورزیده درین بازی خیز خود را با دو ملاق اجرا مینمایند.

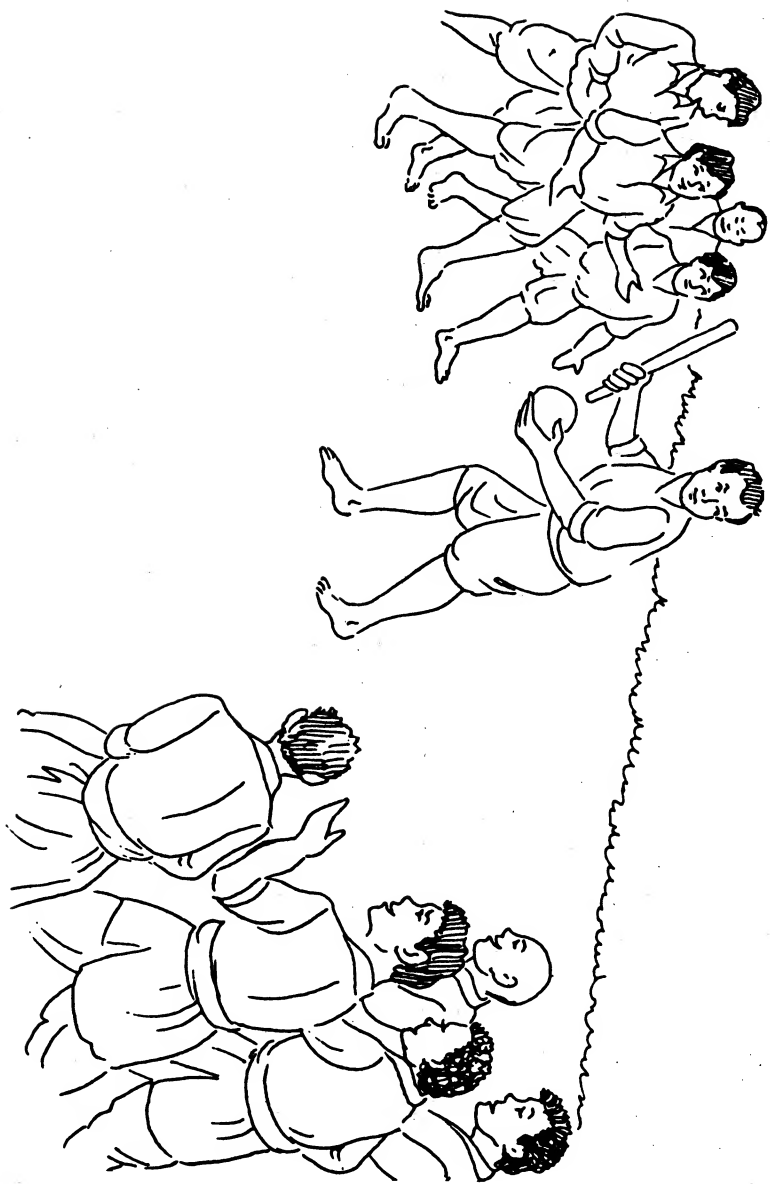
۳- پرتاب یا پرش از ارتفاع:

درین بازی پرش پرتاب از ارتفاع بیشتر نقش دارد. بازیکن یا بازی کنانی ممتاز شناخته میشوند که نسبت به دیگران خود را از ارتفاع بالا تر داخل آب پرتاب نماید. این بازی در حوض ها از بالای درختان و بام خانه های همجوار حوض و در دریا یا از بلندیهای کنار دریا و بیشتر در قسمت "خشت پل" اجرا میشود. مثلاً در سر پل کمتر کسانی بوده اند که خود را از بالای "خشت پل" که ارتفاع آن حدود ۲۰-۲۵ متر از سطح آب است پرتاب کنند.

توپ دنده بازی (توپ بازی)

این بازی توسط توپ و دنده "دستک" اجرا میشود ازینرو به نام توپ دنده بازی یاد گردیده ولی به آن مختصراً توپ بازی گفته میشود. این بازی را پسران و دختران ۱۲-۱۵ ساله اجرا مینمایند. برای اجرای این بازی میدان خیلی بزرگ به اندازه میدان فوتبال لازم است. اطفال بازی را با توپ های "لته یی و پشمی" و نوجوانان با توپ های سخت و محکم چرمی و توری اجرا می کنند. دختران و اطفال خورد سال در اجرای این بازی دنده به کار نبرده و با دست خود توپ را میزنند، ولی بزرگ سالان همیشه توپ را با دنده میزنند. در يك گوشه طولانی میدان محل زدن توپ مبدا و در گوشه طولانی مقابل آن محل "اوليك" به معنی (مرده) تعیین میگردد. همچنین به فاصله ۳-۵ متر دورتر از محل زدن توپ (معمولاً سمت راست) جای اول "اوليك" تعیین میشود. کسانی نوبت زدن توپ را میگذرانند "اوليك حساب شده و در اوليك" اول یا خورد ایستاده شده و مجبور اند با استفاده، از فرصت به مرده دوم (بزرگ) رفته و دوباره به مبدا بازی بیایند. تا زنده شوند.

شیوه اجرای بازی طوریست که دو نفر از میان بازیکنان به حیث "میر" تعیین شده و بر اساس یکی از روشهای بخش شدن، همه بازیکنان بدو دسته یا گروه تقسیم میشوند. همچنین نوبت شروع بازی نیز بر اساس یکی از شیوه های نوبت گیری تعیین میگردد. تمام بازیکنان و "میر" دسته یی که نوبت بازی را حاصل نموده اند، به میدان میان دو نقطه "مرده بزرگ" پراکنده شده و نقاط حساس را زیر نظر



میگیرند. همچنین از میان خود يك نفر را بحيث توپ دهنده به اعضای تیم زننده میفرستند، بازیکنان دسته اول به ترتیب با دنده (دستك) نوبت زدن توپ را سپری می کنند، یعنی هر نفر فقط دو توپ حق دارد که بزند، توپ از طرف بازیکن موظف دسته مقابل جلو زننده توپ در هوا به اندازه بلندی قدش انداخته شده (پاس داده شده) و با دنده توسط بازیکن زننده ضربه زده میشود. هر بازیکن دو دفعه توپ را زده "اوليك" شده و در محل " اوليك" قرار گرفته و منتظر فرصت مناسب است تا با پیمودن طول میدان بازی به محل "ومرده بزرگ" برسد و در صورت مساعدت فرصت دو باره خود را به مبدا، رسانیده و زننده سازد. هر بازیکن که "زننده" شود چانس دوم زدن توپ را حاصل مینماید، همین طور بازی ادامه می یابد.

هر گاه در جریان گریز بازیکنان توسط بازیکن دسته دوم با توپ در میدان زده شده ورق برگشته نوبت به گروپ دوم میرسد. در اینجا اعضای گروپ اول میکوشند به مبدا بازی خود را برسانند.

اگر يك بازیکن توپ اول را در نوبتش با دنده بزند توسط اعضای گروپ مقابل خبك گرفته شود، او حق زدن توپ دوم را ندارد. هر گاه نوبت زدن توپ همه بازیکنان گروپ به شمول میرشان خلاص شود در آن صورت دو نفر از اعضای گروپ مقابل یکی نزدیک مبدا و دیگری در آخر میدان نزدیک "کته اوليك" قرار گرفته توپ را از طریق هوا به هم انداخته "خبك" میگیرند این عملیه را به اصطلاح "خبك-خبك" می گویند، گاهی اتفاق میافتد که بازدن يك اعضای گروپ اول توسط اعضای گروپ دوم نوبت به گروپ دوم برسد در اینجا اعضای گروپ اول با مهارت در وسط میدان بازی بتوانند و یکی از اعضای گروپ دوم را با توپ بزنند، نوبت دوباره بدست می آورند. معمولاً بعد از وقوع این حالت می گویند که "اوليك تیر يك برابر" یعنی "زننده و مرده برابر"

توپ باید توسط پاس دهنده درست داده شود و نیز زننده توپ، توپ را

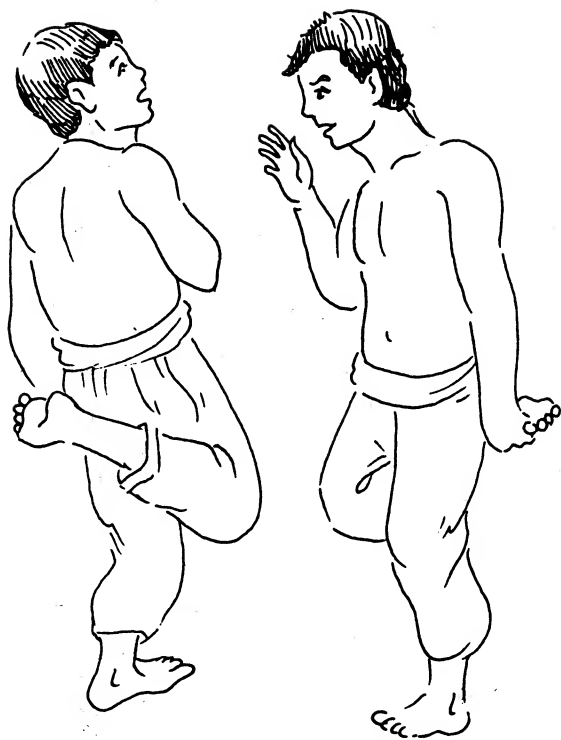
به عقب زده نمیتواند. بهترین توپ را "قیماقی" یادمی کنند توپ زنها از توپ
دهنده همیشه توپ "قیماقی" میخواهند.
توپ بازی و یا توپ دنده در غزنی و مناطق شمال کشور معمول و مروج
بوده است.

خوسی

خوسی کلمه پشتو بوده و یکنوع بازی روز مره به شمار میرود، وقت آن بعد از ظهر تا عصر میباشد، و از جمله بازیهای قدیمی و مورد علاقه است. درین بازی اشخاص گوناگون خورد و کلان و قوی و چالاک که مشخصات بازی را بلد بوده و دارای تمرین و ممارست باشند، سهم می گیرند.

برای اجرای بازی يك میدان فراخ و پاك که بازی کننده گان زیادی در آن اشتراك کرده بتوانند، ضرورت است. در این بازی سر خان ها (میران) تعیین میگردند. هر میر، بازی کننده گان خود را جوړه جوړه جدا می کند و در جوړه کردن آنها سن و سال، زور و قدرت بازی اشخاص را در نظر میگیرد. بعداً هر جوړه یا دسته در مرحله اول بازی طوری در میدان مقابل همدگر قرار میگیرد که چند متر فاصله بین شان موجود باشد. از همین جاست که آنها زور و قدرت، فتح و یا شکست خود را آشکار میسازند. از بین ایشان یکدسته در سمت مربوط خود، يك کوت خاکی کوچک یا خاکتوده نرملی را میسازد که آنرا "کلا" یا قلعه می گویند. پس از آن طرف مقابل "کوت خاک" از بین خود یکنفر تیز و چالاک را انتخاب می کند و به او میگوید که ما باجانب مقابل خود جنگ می کنیم، از تو هم حمایه می کنیم، تو برو کوت خاک را بزن و قلعه را بگیر، این شخص که برای برهمزدن خاکتوده طرف مقابل موظف میشود برای همه بچه ها و بازی کننده گان نیز معرفی شده و توضیح داده میشود که این شخص کوت خاک یا خاکتوده را پاشان میسازد،

دسته مقابل هم برای حفاظت خاکتوده و نگهداری آن يك همبازی قوی



و نیرومندی را نزدیک خاکتوده موظف میسازند و میگویند که ما جنگ میکنیم، تو اینجا استاده باش! متوجه باشی که هرگاه ما از آنجا گذشتیم و نفر طرف مقابل آمد و حمله کرد و خاکتوده را بر هم زد، تو هم با او مبارزه کن و خاکتوده را طوری نگهداری کن که مخالفان آنرا برهم زده نتوانند. پس از آن هر يك از بازیگران هر دو دسته انگشت کلان "شصت" پای راست خود را ذریعۀ دست چپ خویش را از حصۀ عقبی بدن خود محکم گرفته و بایکدست راست و یکپای چپ هر کدام آمادۀ حرکت و مبارزه میشوند. ضمناً سعی می کنند خود را به محافظ خاکتوده رسانیده و مغلوب کنند.

زیرا مغلوب ساختن او معنی غلبه بر گروه مقابل را دارد.

در حالیکه هر کس سعی می کند، برود و با همان یکپا، خاکتوده را برهم بزند، هرگاه پایش خطا بخورد و یا با دو پا حرکت کند، تنظیم بازی را برهم زده و مغلوب شمرده میشود و بدینوسیله از میدان خارج میگردد.

در صورتیکه اشخاص سمت خاکتوده، خود را به شخص موظف طرف مقابل رسانده و او را مغلوب کنند، در واقع همه را مغلوب کرده اند و در نتیجه بازی را برده اند، در آنصورت بازی از سر آغاز میگردد.

اگر تمام بازی کنندگانی که میخواهند خاکتوده را بر هم زنند، مغلوب شوند. بازی به شکل عالی آن به نفع طرف مقابل خاتمه یافته، و اگر شخص منتخب که برای برهم زدن خاکتوده موظف شده سه بار این عمل را انجام دهد، بازی را کاملاً برده است. اگر طرف مغلوب از بازی خود داری کند، خوب، درغیر آن بازی بار دیگر آغاز میشود.

باید یاد آوری کرد که این بازی در بین قبایل افغانی عمومیت دارد. و مانند سایر بازیهای دستجمعی منظم، بصورت تعرض و مدافعه اجرا میشود. مثلاً: یکفرد از جوانان و افراد يك قبیله که از حیث قوت و توانایی به اصطلاح بالای خود حساب می کنند، يك گروه جوانان دیگر را به مسابقه دعوت و در مقابل ایشان

"چلینج" میدهند. طرف مقابل در صورت موافقه به میدان مسابقه حاضر میشود.
قبل از آغاز مسابقه "کپتان های" طرفین در يك گوشه میدان حاضر شده
و يك نقطه را تعیین مینمایند که به اصطلاح نقطه متنازع فیه یا خط منتهی الیه
مسابقه گفته میشود.

درینجا دو گروه مساوی تعیین میشود و دربین ایشان قرعه انداخته میشود.
در ختم مسابقه میدان ها و محل مدافعه و تعرض تبدیل میگردد در ختم این بازیها
گروه مغلوب مکلف اند تا برای دسته غالب ناغگی هایی به شکل شیرینی و خوراکی
و دعوت و غیره بدهد.

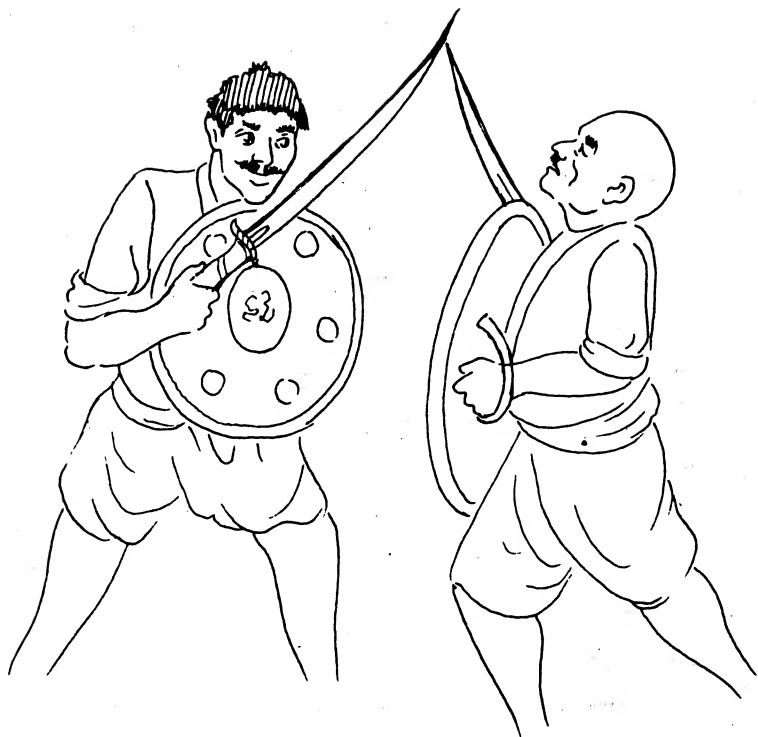
سپر بازی

سپر آله یی است که در ادوار پیشین در جنگها برای دفع ضربات تیر و شمشیر دشمن بکار میرفت. در اسناد تاریخی استفاده از سپر و کسب مهارت به وسیله آن فراوان آمده است. سپر معمولاً از فلز مستحکم ساخته میشود، اما گاهی سپر هایی وجود داشته که از چوب بادامی و چار مغزی بوده و بکار گرفته میشده، علاوه بر آن سپر هایی هم بوده که از چرم ساخته میشده که وسط خالیگاه آن با پنبه یا تکه پارچه های فشرده و سختی پر میشده است.

پهلوانان نیز ازین سپر ها در موارد مقابله با حریفان برای دفع ضربات و وارد ساختن حملات کار میگرفتند، که هنگام استفاده از ناحیه وسطی عقب آن که دسته چرمی و یا تکه محکمی داشت که آنرا در بند دست محکم میکردند.

بازی با سپر معمولاً در بین دو نفر و در وقت معین صورت میگرفت. هر کدام از حریفان که ضربات شدید تری به طرف مقابل وارد میکرد سبب خستگی و مغلوبیت طرف مقابل میشد، برنده میگردد. در زمانه های پیشین، سپر یکی از وسایل جنگی بود.

غزنویان از یکنوع سپر های فراخ استفاده می کردند، غوریان نیز از سپر به حداعظمی استفاده می کردند و سپر آنان طوری بود که تمام وجود شخص را می پوشانید.



چوب بازی

چوب بازی را نیز از سپورتهای دلچسپ باستانی به شمار آورده اند، که از قرن‌ها به اینسو در افغانستان رواج دارد، میتوان گفت چوب بازی در واقع مقدمه شمشیر بازیست، درازمنه پیشین که هنوز استفاده از شمشیر مروج نبوده، باچوب و سنگ به مقابل دشمن میرفتند.

در صدر اسلام برای آنکه از شمشیر در میدان جنگ بهتر بهره بگیرند و در شمشیر بازی آزموده تر گردند، چوب بازی را به حیث يك تمرین بکار گرفتند. چنانکه برای این منظور در زمان خلیفه چهارم برای این که چوب بازی و شمشیر بازی نظم بیابد، قانون چوب بازی وضع شد. در قانون چوب بازی شش حمله و شش برداشت است و معنی برداشت دفاع از خود بوده و عبارت است از حمله برسر، حمله برپای، حمله برماره (روی چپ) و حمله بر راست و چوب هفتم را چوب سیف یا "هول" میگویند که خطرناکترین چوبهاست. همچنین چوب پندار را که چوب ششم است، خانه یا علی مدد میگویند.

قانون دیگر چوب بازی، قدم است؛ یعنی یکقدم، دو قدم، سه قدم، چار قدم، پنج قدم و شش قدم است؛ یعنی گذاشتن قدم چوب باز در میدان با جمله چوب باید هم آهنگ باشد؛ مثلاً: در يك قدم "سرو كرك" است و در قدم دوم روی "باره" کار میشود. اگر چوب باز مثلاً روی "باره" کار کند، گویا از قانون عدول کرده، و طبعاً مغلوب میشود. در چار قدم چوب کار میشود، یعنی دو چوب از يك حریف و دو چوب از حریف دیگر؛ یعنی يك حریف بر حریف دیگر شش چوب را وارد کرده میتواند. خلاصه اینکه اصول چوب بازی در پای و قدم است. اگر پای



غلط مانده شد و حساب قدم گرفته نشدو حمله به عمل آمد، در اینصورت به مغلوبیت حریف تمام میشود، چوب باز وقتی که در خانه چار قدم است باید چار چوب کار کند و اگر شش چوب کار کرد، بی سرو تال میشود، و حریف خانه خالی او را دیده حمله میکند و مغلوبش میسازد. چوب "هول" یا در دهن فرو میرود که دندانش و کام و کجک صدمه می بیند و یا در زنج، بینی و چشم اصابت می کند. در چوب بازی اول دفاع است، بعد حمله؛ اگر چوب باز حمله را نه برداشته، حمله کند، اشتباه می کند؛ به هر حال چوب بازی به دیدن ارتباط دارد.

آداب چوب بازی چنین است که در صدر ارکاره (محل تمرینات و مسابقات) خلیفه و شاگرد ها می نشینند و در حد وسط چوبها و سپرها گذاشته میشود، وقتی دو نفر از بین قطار بر میخیزند، آنکه حق اولیت دارد، نزدیک چوب و سپر آمده، يك الحمدو سه قل هوالله را میخواند، بعد رسم تعظیم به جا می آورد، سپس يك سپر و يك چوب را گرفته و خطاب به چوبها می گوید: اجازه هست؟ اجازه گرفتن از چوبها، يك چوب به سپر زده و مستی کنان انتظار حریف را می کشد، با آمدن حریف مسابقه آغاز میشود.

در چوب بازی به اصطلاح نفس باید پخته باشد، زیرا يك ورزشکار خوب میتواند الی سی دقیقه به ضرب بازی ادامه دهد. بعد از آن خسته شده و به بازی ادامه داده نمیتواند، اما يك شخص عادی بیش از پنج دقیقه نمیتواند بازی کند. نوع دیگر چوب بازی، بدون استفاده از سپر میباشد: یعنی با دو چوب بازی صورت میگیرد. این نوع بازی علاوه بر کشور ما در ممالک آسیای مرکزی و جنوبی و شرق دور رواج دارد.

در کشور ما صد سال پیش چوب بازان مشهوری از جمله خلیفه سلام چوب باز و شمار دیگر بودند که برای مردم سرگرمی می آفریدند و بمرور ایام از رونق آن کاسته شده است. همچنان اهل هندو افغانستان نسبت به این بازی علاقمندی بسیار دارند. بازی آنها طوریت که از هشت تا دوازده و یا بیشتر نفر دور

هم حلقه زده و هر نفر با دو چوب بازی می کند. یکی چوب ها را به گونه بسیار جالب و منظم به چوبهای دیگر میزند، که از ریتم و آهنگ و نظم جالبی برخوردار است که آنرا "چوب جنگی" نیز میگویند.

این چوب بازی با حرکات سریع دستان، گردن و توام با پایکوبی اجرا میشود. بازی آن با تکنیک صورت گرفته و صحنه دلپذیری را مجسم میسازد. این بازی توسط جوانان (مردوزن) در جشنها و عروسی ها صورت میگیرد.

دار بازی

این بازی طور است که یک نفر دار باز دو تا چوبهای دراز و محکم را بر پاهای خود می بندد. طول این چوبها هر کدام به طول پنج تا هفت متر میباشد که شکل ستونهای سقف را داشته و به قطر پانزده تا بیست سانتی متر از بالا به پایین، باریک شده میرود، شخص نمایش دهنده با همان چوبی ایستاده می شود و در بین مردم راه می رود. آنچه درین نمایش و بازی مهم است حفظ توازن شخص دار باز میباشد.

این شخص با مهارت و تجربه، صد تا دو صد متر فاصله را می پیماید. نوع دیگر دار بازی آنست که دروازه های را به شکل دروازه های "فوتبال" ولی با ستونهای بلند تر و قویتر میسازند که ارتفاع آن بیست تا سی متر میباشد و چوبی که در قسمت بالایی دو ستون قرار می داشته باشد با همان طول و عرض مدنظر گرفته میشود، از همان چوب بالایی حلقه های آهنین آویخته است که در آن حلقه ریسمانهایی جهت دار بازی و حرکات اکروباتیک عبور داده شده است. دار باز روی چوب فوقانی حرکاتی را انجام میدهد و با مهارت پایین و بالا می رود و با استفاده از ریسمانها انواع گاز خوردنها، پرتاب شدن و حرکات متنوع ورزشی را اجرا می کند.

این ورزشها معمولاً در روزهای جشن عید و میله های نوروز در بعضی از نقاط کشور صورت میگیرد.

در حدود صد سال پیش در کابل که هنوز ورزشها و سرگرمی های متنوع معاصر رواج نداشت، دار بازها در مراسم اعیاد و جشنها برای مردم نمایشهای جالبی را عرضه می کردند، که ریش سفیدها از آن با اشتیاق زیاد یاد آوری می کنند.



مآخذ و منابع

- ۱- تاریخ افغانستان جلد اول، دوم، سوم.
- ۲- نشرات انجمن تاریخ. مولفان: احمد علی کهزاد، نعیمی، میر غلام محمد غبار و دیگران.
- ۳- شماره های مجله لمر (معرف کلتور ملی). از نشرات وزارت اطلاعات و کلتور.
- ۴- شماره های مجله فلکلور؛ شماره های مجله فرهنگ مردم.
- ۵- لشکرگاه، احمد علی کهزاد.
- ۶- رهنمای کابل، محمد ناصر غرغبت.
- ۷- ورزش های ملی در افغانستان، تالیف و نگارش عبدالله محب حیرت.
- ۸- پشته فلکلور، د افغانستان د علومو اکادمی، د ژبو او ادبیاتو مرکز.
- ۹- ورزشهای ملی و بازیهای المپیک، نظر محمد همورد.
- ۱۰- بازیهای عامیانه اوزبیکان جوزجان، ثبت و نگارش حلیم یارقین.